

# SKRBIMO ZA ZDRAVJE



# OSEBNA NEGA



# GIBANJE NA SVEŽEM ZRAKU



# SKRB ZA POČITEK



# ZDRAVA PREHRANA



# ZDRAVA PIJAČA

NARAVNI SOKOVI IZ SADJA ALI ZELENJAVE



# PRAVILNA IZBIRA OBLAČIL IN OBUTVE GLEDE NA LETNI ČAS



# CEPLJENJA IN ZDRAVNIŠKI PREGLEDI





# ZAPOMNI SI!

SKRIBIMO ZA OSEBNO HIGIENO.

VELIKO SE GIBAMO NA SVEŽEM ZRAKU IN TELOVADIMO.

JEMO RAZNOVRSTNO IN ZDRAVO HRANO.

OBLEČEMO SE PRIMERNO LETNEMU ČASU.

DELAMO Z VESELJEM.

POSKRIBIMO ZA VSAKODNEVNI POČITEK IN DOVOLJ SPANJA.

REDNO OBISKUJEMO ZOBOZDRAVNIKA IN TUDI ZDRAVNIKA.



Vir fotografij: Internet.